



## MARCHE, SOPHROLOGIE CREATIVE ET DANSE

### *Méharée dans le Désert du Petit Erg Tunisien*

Du Dimanche 21 Avril au Dimanche 28 Avril  
(Vacances de Pâques)

**VOYAGE ORGANISÉ PAR L'AGENCE DE VOYAGE KAMEL TRANSHUMANCE**  
*Animé par Véronique THOMANN et Laetitia Zahra BIANCHI*

Ce voyage initiatique nous invitera à explorer l'univers magique du désert, coloré par la poésie du Petit Prince de St Exupéry, à travers la marche, enrichie par de la sophrologie, de la danse et des temps de partage du vécu. Un voyage au coeur de soi, du silence et de l'infini de l'espace et du ciel étoilé, accompagné par la bienveillance et l'expérience des guides locaux et des dromadaires de l'agence Kamel Transhumance.

*Au programme: petit déjeuner au lever du soleil, suivi de quelques minutes de mouvements doux pour préparer les 3 à 4h de marche dans les dunes, chacun à son rythme et déchargé du poids des bagages, portés par les dromadaires. Déjeuner cuisiné par les bédouins puis temps de repos avant l'atelier de sophrologie ou d'art thérapie de fin d'après-midi. Dîner après le coucher du soleil avec chants et danse autour du feu avant de s'endormir à la belle étoile ou dans les tentes mises à disposition.*

Tarif à régler à l'agence: 450€ pour les frais de transport AR en 4x4 de l'aéroport, le circuit, les repas et l'hébergement + 50€ de pourboire pour les guides à prévoir (paiement en espèces).

Acompte de 100€ à verser par chèque à Kamel Transhumance pour confirmer son inscription.

Animation : 200€ pour l'accompagnement des 2 intervenants (**150€ pour toute inscription avant le 28/02**). Faibles revenus – réduction possible : nous contacter.

#### Places limités à 12 personnes.

Chacun prend son billet d'avion pour Djerba (vols direct de Paris, Lyon ou Genève avec Tunisair) – compter environ 250 € (de Lyon) à 350 € (de Paris).

Les vols conseillés seront indiqués à l'inscription.

Seul un passeport en cours de validité est nécessaire (pas de visa).

## Vos Animatrices & Accompagnateurs



**Véronique THOMANN** a pratiqué pendant plus de 15 ans puis enseigné la danse africaine. En quête d'une pratique qui concilie l'intelligence de l'esprit, du coeur et du corps, elle s'initie au yoga, Reiki et massage avant de découvrir Chakradance®. Formée par ses fondateurs en Australie, elle commence à y enseigner cette pratique avant de rejoindre la France en 2011. Elle complète depuis sa formation de danse thérapeute (ARTEC Paris - 2013, Expression Sensitive 2015-2017) et a à coeur d'amener chaque être à découvrir son chemin de vie et à développer son plein potentiel à travers la danse intuitive et l'écoute du corps. Plus d'information sur ses activités sur <https://corpsetames.jimdo.com>



**Laetitia Zahra BIANCHI**, accompagnatrice psychocorporelle, a eu la chance de pouvoir vivre sa vocation en accompagnant aussi bien des enfants, des adolescents ou des adultes dans leur développement ou leur projet de vie grâce à des outils variés incluant l'hypnose, la PNL, la sophrologie, l'Art Thérapie, le Qi-Gong, le Massage et Chakradance. Plus d'information sur ses activités sur <http://www.laetitia-bianchi.fr/>



Notre méharée sera accompagnée par notre merveilleux guide Zouzou, au cœur si généreux, qui nous racontera l'histoire de son désert, ainsi qu'une équipe de bédouins et de dromadaires qui guideront notre route, porteront nos bagages, organiseront les campements, cuisineront des repas délicieux, frais et sains et partageront



nos veillées autour du feu avec de la musique, des chants et de la danse. L'expérience et la bienveillance de cette équipe locale de l'agence Kamel Transhumance garantit le confort de ce voyage. Plus d'information sur <http://kameltranshumance.com>

## Données pratiques

### **Papiers**

Pas besoin de visa ou de vaccination. Un passeport suffit.

### **Vols**

Arrivée de préférence à Djerba en fin d'après-midi le 21 Avril, et retour dans l'après-midi le 28 Avril.

Vols disponibles sur [www.govoyages.com](http://www.govoyages.com) (et autres sites)

Nous vous conseillerons des vols une fois votre inscription confirmée.

Prévoir ensuite environ 5h de trajet de l'aéroport pour aller dans le désert, à l'aller et au retour.

### **Température**

Agréable, en moyenne de 25° la journée, 15° la nuit,

donc pas trop chaud pour marcher dans la journée, et supportable la nuit.

On peut dormir à la belle étoile la nuit dans un sac de couchage ou bien dans des tentes mises à disposition.

### **Equipement**

Sur inscription, vous recevrez 2 pdf détaillés avec tout le nécessaire à amener

***Inscriptions et renseignements auprès de Véronique THOMANN 06.89.64.41.29; [veronique\\_thomann@orange.fr](mailto:veronique_thomann@orange.fr)***

*« J'ai eu de la chance de rencontrer le désert, ce filtre, ce révélateur. Il m'a façonné, appris l'existence. Il est beau, ne ment pas, il est propre. C'est pourquoi il faut l'aborder avec respect. Il est le sel de la terre et la démonstration de ce qu'ont pu être la naissance et la pureté de l'homme lorsque celui-ci fit ses premiers pas d'Homo erectus... » **Extrait du Pèlerin du Désert, de Théodore Monod***



*Quelques photos mémorables de notre séjour dans le désert tunisien fin Février 2018. Encore merci à Kamel Transhumance, Zouzou, Ali et toute leur équipe, et à tous ceux et celles qui nous ont fait confiance pour nous accompagner dans cette traversée du désert!*